



PLANO ACTIVIDADES 2010



# 1. NOTA INTRODUTÓRIA

**"A ADRL tem como finalidade a promoção cultural e recreativa dos seus associados" para o que terá em conta as seguintes orientações:**

- 1 - Preservação, defesa e valorização do património cultural da região
- 2 - Promoção da unidade entre os sócios
- 3 - Captação, iniciação e formação da juventude para a vida, nomeadamente, no âmbito das actividades a que se dedica.

São na verdade estes os princípios e orientações, que temos sempre presentes nas Actividades que desenvolvemos e são estes os princípios e orientações que tivemos presentes ao traçar este Plano de Actividades.

Plano de Actividades que mais não é do que o desejo de continuação da obra iniciada em anos anteriores. Facto é que muitos dos desejos que vamos expressar, o foram já em anos anteriores.



## 2. ANALISE POR SECCÕES

# OBJECTIVOS E ACÇÕES A DESENVOLVER



## 2.1 SECÇÃO DE APOIO AGRÍCOLA

### Objectivos:

- Proporcionar aos sócios, e à população em geral um melhor fornecimento de fertilizantes químicos.

### Acções a Desenvolver:

- A A.D.R.L. pretende manter o protocolo com a Cooperativa Agrícola de Coimbra, a fim de poder apoiar os seus associados no fornecimento de adubos.

Responsável: Joaquim Neto



## 2.2 SECÇÃO DE APOIO À COMUNIDADE

### Objectivos:

- Proporcionar convívio entre a população;
- Alertar a comunidade sobre os riscos de doenças cardiovasculares e endócrinas;
- Despistar situações de risco na área da saúde.

### Acções a Desenvolver:

#### Mensalmente

- Avaliação da tensão arterial, no último Domingo do mês, coincidente com o dia da Feira Mensal, na sede da ADRL.

#### Anualmente

- Organização do projecto " LOUREIRO ACTIVO É COM SAÚDE"
- Realização da Festa de Natal, para crianças e idosos;

Responsável: Cláudia OLIVEIRA



## 2.3 SECÇÃO AVENTURA

### Objectivos:

- Mobilizar as camadas mais jovens através da realização de actividades saudáveis.
- Possibilitar o contacto próximo e equilibrado com a natureza.

### Acções a Desenvolver:

- Realizar a descida do rio Mondego em canoa;
- Jogo de Paintball;
- Passeios pedestres de exploração da natureza
- Organização do 1º Raid BTT – Rotas das Cortelhas

Responsável: João Luís AMADO



## 2.4 SECÇÃO CULTURAL E RECREATIVA

### Objectivos:

- Sensibilizar a população para a defesa do património cultural e sua valorização (brinquedos/jogos tradicionais, património arquitectónico, danças e cantares, modos de vida, e outras tradições);
- Levar junto da população outras formas de expressão cultural;
- Organizar festas populares no sentido de promover o convívio entre a população;
- Promover actividades culturais e recreativas que ocupem, de forma útil e saudável, os seus sócios mais jovens;
- Promover o diálogo inter-gerações.

Responsável: Natércia FERREIRA



## 2.4 SECÇÃO CULTURAL E RECREATIVA

### Comemoração do Dia Mundial da Criança

➤ Pretendemos proporcionar às crianças da nossa terra uma manhã cheia de alegria e animação.

### Festa de Natal

➤ Sendo esta uma das festas mais importantes a ser organizada pela secção cultural e recreativa, é com muito agrado, que pretendemos comemorar da melhor forma mais um Natal junto dos nossos associados.

Desta forma, pretendemos organizar uma festa com a participação do grupo de teatro do Loureiro, que irá representar mais uma das suas peças, e que nos irá animar com o grupo de palhaços; com a participação das crianças da catequese, com as suas danças e canções.

### Participação na Feira Gastronómica de Cernache

Responsável: Natércia FERREIRA



## 2.5 SECÇÃO DESPORTIVA

### Objectivos:

- Incentivar os jovens para a prática desportiva para que neles possa crescer uma vontade, não só de competir para vencer mas, de competir para participar, para partilhar e no fundo para conviver;
- Ajudar a criar uma união de esforços onde a ajuda mútua e o espírito de grupo estejam sempre presentes, proporcionando o desporto para todos de uma forma saudável.

### Acções a Desenvolver:

- Torneio 24 Horas de Futebol 5 do Loureiro.
- Organização do 1º Raid BTT – Rotas das Cortelhas

Responsável: José VICENTE



## 2.6 SECÇÃO DE FEIRA

### Objectivos:

➤ Apoiar os feirantes e visitantes, aproveitando para divulgar as nossas actividades, uma vez que para além de ser muito visitada, a Feira tem também um rico aspecto cultural e turístico.

### Acções a Desenvolver:

➤ Manter a abertura mensal (no último domingo de cada mês) das 07 às 14 horas, com 4 equipas de trabalho.

Equipa Nº 1	Equipa Nº 2	Equipa Nº 3	Equipa Nº 4
António Pedro	Saúl Meneses	Nuno Rodrigues	Paulo Rajado
Joaquim Neto	José Adelino	Marco Ferreira	Paulo Amado
Arménio de Oliveira	Luís Amado	Eduardo Pedroso	Victor Vicente
José Guiné		Narcindo Cunha	Celestino

Responsável: Marco FERREIRA



## 2.7 SECÇÃO DE OBRAS E MELHORAMENTOS

### Objectivos:

- Proporcionar condições para o bem-estar de todos os associados, criando, conservando e reparando as infra-estruturas necessárias.

### Acções a Desenvolver:

#### Sede

- Trabalhar no sentido de durante o ano de 2010 efectuar a pintura exterior do edifício sede.

#### Parque Desportivo

- Conclusão dos balneários, conforme projecto de candidatura apresentado ao Instituto de Desporto de Portugal.

Responsável: Paulo AMADO



## 3. NOTA FINAL

Como vem sendo hábito, divulgaremos o mais possível todas as actividades através de cartazes, Internet e, pontualmente, em Jornais, Rádio e TV.

Todas as acções serão avaliadas nas reuniões de Direcção, juntamente com os responsáveis das Secções e Grupos de Apoio.

Como nos anos anteriores, solicitaremos reuniões de trabalho ou entrevistas com os responsáveis das seguintes instituições:

- Instituto Português da Juventude
- Câmara Municipal de Coimbra (Pelouros da Cultura e Desporto e Dep.Obras Municipais)
- Governo Civil de Coimbra
- Executivo da Junta de Freguesia de Cernache
- INATEL

A cada uma das instituições, divulgaremos todas actividades e objectivos a fim de as sensibilizar para as nossas dificuldades.